

## **Agradecimentos**

Aos meus pais, ao meu irmão, e à Catarina, que me ajudaram, motivaram e me acompanharam durante grande parte da realização deste trabalho.

Ao Doutor Rui Isidoro, que me orientou neste trabalho e me deu todo o apoio necessário.

À Docapesca, na pessoa da Eng.<sup>a</sup> Helena Cardoso e do Eng.<sup>o</sup> Bruno Guerreiro, que me forneceu total liberdade para o levantamento e tratamento de dados.

A todos aqueles que não estão aqui referidos, por esquecimento ou outro motivo qualquer, mas que de alguma forma me ajudaram neste trabalho.

## **Resumo**

A Docapesca Portos e Lotas detêm a seu cargo no continente português, o serviço público da prestação de serviços de Primeira Venda de Pescado, bem como o apoio ao sector da pesca e respectivos portos. Assume uma posição estratégica de valorização do pescado e de contínua modernização deste sector tão específico, que diariamente é exposto a riscos elevados. A elaboração deste manual pretende consciencializar e informar os trabalhadores dos diversos riscos que estão associados e sensibilizar para adoção de posturas preventivas activas. A implementação da política de segurança e saúde no trabalho exige um planeamento estratégico centrado na avaliação e controlo de riscos, e no cumprimento da legislação aplicável à organização. Para melhor avaliação dos riscos foram estruturadas sete categorias, e cada categoria foi associada a um conjunto de funções. As categorias: Operador de Exploração e Operador Técnico de Manutenção apresentam um maior número de riscos inerentes às tarefas que desempenham e ao espaço onde estas são desenvolvidas.

Para uma melhoria da segurança e saúde no trabalho deve atender-se ao conjunto de medidas de protecção e prevenção recomendadas para os riscos profissionais identificados.

## Índice

1.	Introdução .....	9
1.1	Objectivo .....	11
1.2	Metodologia .....	11
1.3	Organização da Dissertação .....	13
1.4	Estado de Arte .....	14
1.4.1	História.....	14
1.4.2	Segurança e Saúde do Trabalho.....	19
1.4.3	Sistemas de Gestão da SST.....	22
1.4.4	Metodologia .....	24
1.4.5	Diagnostico e Auditorias .....	24
1.4.6	Limitações do estudo .....	25
2.	Método de Avaliação de Riscos Profissionais .....	26
2.1	Método de Matriz Simples Somerville .....	26
3.	Manual de SST.....	31
3.1	Caracterização da empresa.....	31
3.2	Caracterização dos Recursos Humanos e Infra-estruturas .....	33
4.	Gestão do Risco .....	40
4.1	Avaliação de Riscos Profissionais .....	42

4.2	Análise de acidentes de Trabalho Docapesca Portos e Lotas S.A. ....	44
5.	Conclusão e desenvolvimentos futuros.....	45
6.	Biografia .....	48
7.	Anexos .....	52
7.1	Tabelas .....	52
7.2	Manual de HST Docapesca.....	52

## **Índice de Figuras**

Figura 1 – Metodologia.....	24
Figura 2 - Organigrama da empresa Docapesca – Portos e Lotas S.A. ....	33
Figura 3 - Evolução de colaboradores Docapesca 2009-2014.....	34
Figura 4 - Distribuição do efetivo 2014.....	37
Figura 5 - Distribuição do efetivo por sexo .....	38
Figura 6 - Estrutura Etária - Docapesca 2014.....	38
Figura 7 - Distribuição do efetivo pelas categorias Profissionais.....	39
Figura 8 - Análise acidentes de trabalho.....	39

## Índice de Tabelas

Tabela 1: Escalas de Probabilidade (P) e Gravidade (G) (Método matriz simples Somerville). - .....	26
Tabela 2 - Relação entre as variáveis Probabilidade (P) e Gravidade (G), segundo o método de matriz simples Somerville, para determinação da Magnitude do Risco (R). 26	
Tabela 3: Índice de risco (Método matriz simples Somerville). .....	27
Tabela 5: Cálculo das ponderações para as categorias de Técnico Superior e Técnico segundo o método de matriz simples Somerville. ....	27
Tabela 6: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Venda segundo o método de matriz simples Somerville. ....	27
Tabela 7: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Exploração segundo o método de matriz simples Somerville. ....	28
Tabela 8: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador Técnico de Manutenção segundo o método de matriz simples Somerville. ....	29
Tabela 9: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Serviço de Apoio segundo o método de matriz simples Somerville. ....	30
Tabela 10 - Análise de acidentes de trabalho .....	44

## Glossário

**Acidente** – Acontecimento indesejado originando morte, doença, ferimento, dano ou outra perda (OHSAS 18001: 2007).

**Avaliação de Risco** - Processo global de estimativa da grandeza do risco e de decisão sobre a sua aceitabilidade (OHSAS 18001: 2007).

**Auditoria** - Fonte, situação ou acto com um potencial para o dano em termos de lesões, ferimentos ou danos para a saúde, ou uma combinação destes (OHSAS 18001: 2007).

**Doenças Profissionais** – (art.º 27º da Lei n.º 100/97, de 13/9 e o Decreto Regulamentar n.º 8/2001, de 5/5) bem como “*as lesões, perturbações funcionais ou doenças não incluídas na lista...desde que sejam consequência necessária e directa da actividade exercida pelos trabalhadores e não representem normal desgaste do organismo*” (art.º 2.º do Decreto-Lei n.º 248/99, de 2/6).

**Empregador** - Pessoa singular ou colectiva com um ou mais trabalhadores ao seu serviço e responsável pela empresa ou pelo estabelecimento ou, quando se trate de organismos sem fins lucrativos, que detenha competências para a contratação de trabalhadores.(Lei n.º 102/2009, de 10 de Setembro)

**Equipamentos de Protecção Colectiva** – Consiste numa acção estabelecida de preferência ao nível da fonte do risco, ou seja, envolvendo as componentes materiais do trabalho e meio envolvente, e que, como tal, estabelece uma protecção de considerável eficácia face a qualquer pessoa que a ele esteja exposta (Diretiva 89/656/CEE).

**Equipamentos de Protecção Individual** – qualquer equipamento destinado a ser usado ou detido pelo trabalhador para sua protecção contra um ou mais riscos suscetíveis de ameaçar a sua segurança ou saúde no trabalho, bem como qualquer complemento ou acessório destinado a esse objetivo (Diretiva 89/656/CEE).

**Exposição pessoal diária ao ruído** - De acordo com o actual diploma legal que regula a exposição ao ruído durante o trabalho (Decreto-Lei n.º 182/2006, de 6 de Setembro) e

que transpôs para o direito nacional a Directiva n.º 2003/10/CE, do Parlamento Europeu e do Conselho, de 6 de Fevereiro, a «exposição pessoal diária ao ruído», LEX,8h, consiste no nível sonoro contínuo equivalente, ponderado A, calculado para um período normal de trabalho diário de oito horas (T0), que abrange todos os ruídos presentes no local de trabalho, incluindo o ruído impulsivo, expresso em dB (A) (Decreto-Lei n.º 182/2006, de 6 de Setembro).

**Exposição pessoal diária efectiva ao ruído** - «exposição pessoal diária efectiva», LEX,8h,efect, consiste na exposição pessoal diária ao ruído tendo em conta a atenuação proporcionada pelos protectores auditivos, expressa em dB(A) (Decreto-Lei n.º 182/2006, de 6 de Setembro).

**Local de trabalho** – todo o lugar em que o trabalhador se encontra, ou donde ou para onde deve dirigir-se em virtude do seu trabalho, e em que esteja, directa ou indirectamente, sujeito ao controlo do empregador (Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro).

**Medidas de Protecção** – Conjunto de medidas e acções destinadas a preservar ou minimizar as consequências após a sua ocorrência (OHSAS 18001: 2007).

**Perigo** – Fonte, situação ou acto com um potencial para o dano em termos de lesões, ferimentos ou danos para a saúde, ou uma combinação destes (OHSAS 18001: 2007).

**Prevenção** – acção de evitar ou diminuir os riscos profissionais através de um conjunto de disposições ou medidas que devam ser tomadas no licenciamento e em todas as fases de actividade da empresa, do estabelecimento ou do serviço (Decreto-Lei 441/91 de 14 de Novembro).

**Risco** – combinação da probabilidade da ocorrência de um acontecimento perigoso ou exposição(ões) e da severidade das lesões, ferimentos ou danos para a saúde, que pode ser causada pelo acontecimento ou pela(s) exposição(ões). (OHSAS 18001: 2007).

**Risco profissional** – possibilidade de um trabalhador sofrer um dano na sua saúde ou integridade física provocado pelo trabalho (Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro).

**Trabalhador** – pessoa singular que, mediante retribuição, se obriga a prestar serviço a um empregador, incluindo a Administração Pública, os institutos públicos e demais pessoas colectivas de direito público, e, bem assim, o tirocinante, o estagiário e o aprendiz e os que estejam na dependência económica do empregador em razão dos meios de trabalho e do resultado da sua actividade, embora não titulares de uma relação jurídica de emprego, pública ou privada (Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro).



## **1. Introdução**

As organizações, de todos os tipos, estão cada vez mais preocupadas em atingir e demonstrar um desempenho de Segurança e Saúde no Trabalho (SST) sólido, através do controlo dos seus riscos, tendo em consideração a sua política e objectivos da organização. Estas preocupações surgem no contexto do aparecimento de legislação cada vez mais restritiva, do desenvolvimento de políticas económicas e de outras medidas que fomentam cada vez mais boas práticas de SST, e de um crescimento generalizado das preocupações de partes interessadas sobre questões de SST. (OSHAS 18001:2007)

No contexto mundial, a evolução das expectativas dos clientes, os avanços tecnológicos, bem como a disponibilização de mais informação, levam as organizações a aperfeiçoar continuamente os seus processos, produtos, serviços e sistemas.

A adopção de uma abordagem sistémica e integrada na prevenção dos riscos, que assegure o bem-estar e a saúde dos colaboradores, num quadro de gestão que vá muito para além da simples aplicação de normas, regulamentos e procedimentos legais pode ser a resposta adequada aos problemas que possam emergir em pessoas ou em meio ambiente.

A segurança e saúde do trabalho atravessam diversos domínios estratégicos da vida das organizações, nomeadamente:

- 1) A filosofia de gestão empresarial: a missão da organização, a sua inserção na comunidade local e num determinado sector económico, bem como a sua política ambiental, constituem vectores onde a segurança e saúde do trabalho terá um forte contributo no desenvolvimento da gestão e da responsabilidade social da organização;
- 2) As estratégias de desenvolvimento das pessoas: a segurança e saúde do trabalho para além dos componentes físicos do trabalho, deve estar centrada nas pessoas, integrando as políticas de recrutamento, selecção, colocação, formação e avaliação do desempenho dos colaboradores da empresa;

- 3) As estratégias de marketing, de concepção dos produtos e sua colocação no mercado;
- 4) As estratégias económico-financeiras: a segurança e saúde do trabalho podem favorecer os bons resultados das estratégias de controlo de perdas, de redução de custos, de preservação do património, de rentabilização dos equipamentos e da redução ou, mesmo, eliminação de sanções aplicadas por autoridades administrativas;
- 5) A organização do trabalho e da produção: tendo em vista a eliminação, a redução e o controlo dos riscos, os postos de trabalho, a gestão da qualidade, a gestão ambiental e a responsabilidade social;
- 6) A gestão da informação, um recurso como qualquer outro, um activo da organização, que assegure que a informação é recolhida, fornecida, recebida e entendida por todas as partes interessadas relevantes;

As estatísticas mundiais relativas a acidentes no trabalho revelam que a competitividade e o lucro não garantem a sustentabilidade de uma organização, sendo essencial demonstrar atitudes éticas e responsáveis sobre a segurança e saúde do trabalho (OIT, 2013).

A elaboração do Manual de Higiene e Segurança no Trabalho é uma mais-valia na divulgação e sensibilização das matérias associadas à higiene e Segurança no trabalho, nesta actividade tão específica do sector piscícola. Assim, com a elaboração do Manual de Higiene e Segurança no Trabalho pretende-se promover uma cultura de prevenção, fomentado a segurança e bem-estar dos ativos humanos da empresa, assegurando o cumprimento dos requisitos legais.

No desenvolvimento deste estudo esteve subjacente o interesse e a preocupação com a segurança e a saúde do trabalho, sempre presentes na actividade profissional e no aprofundamento e conciliação dos conceitos adquiridos para a elaboração da tese de Mestrado em Segurança e Higiene no Trabalho em Manual de Segurança e Higiene no Trabalho na Iota de Vila Real de Santo António - Docapesca, em 2016.

## **1.1 Objectivo**

O trabalho que se apresenta pretende contribuir para a definição de uma estratégia de promoção e melhoria no desempenho da Segurança e Saúde no Trabalho, da Docapesca de Vila Real de Santo António.

No seu desenvolvimento estabelece-se, também, os objectivos seguintes:

- Garantir o cumprimento da legislação de SST aplicável;
- Consciencializar e informar os trabalhadores dos diversos riscos que estão associados e sensibilizar para adoção de posturas preventivas activas;
- Implementar a política de segurança e saúde no trabalho como planeamento estratégico da organização;
- promover uma cultura de prevenção, fomentado a segurança e bem-estar dos recursos humanos da empresa;
- melhoria da satisfação e motivação dos colaboradores pela promoção e garantia de um ambiente de trabalho seguro e saudável;
- melhoria da imagem e da relação interna e externa;
- redução de custos com indemnizações, prémios de seguro, prejuízos resultantes de acidentes e dias de trabalho perdidos.

## **1.2 Metodologia**

A metodologia utilizada consiste numa pesquisa bibliográfica e exploratória na investigação de experiências na implementação de Manuais de Segurança e Higiene no Trabalho e, analisando alguns instrumentos e propondo-se a aplicação daqueles considerados mais eficazes para a obtenção de resultados. Para melhor compreensão recorreu-se ainda a documentação interna da docapesca, a pesquisa bibliográfica, legislação e normas aplicáveis ao sector e temáticas a desenvolvidas ao longo do Manual de Higiene e Segurança, em apêndice.

No cômputo geral, a avaliação de riscos assume um papel de elevada importância, permitindo conhecer em que medida o posto e local de trabalho é seguro ou se as

condições de trabalho padecem de situações perigosas passíveis de provocar a ocorrência de acidentes de trabalho. Mediante os resultados a avaliação são equacionadas medidas de controlo com objectivo de reduzir os riscos a que os trabalhadores se encontram expostos.

Assim, a gestão do risco foi estruturada e realizada de forma a permitir:

- Identificar os perigos que ocorrem no local de trabalho e avaliar os riscos a eles associados;
- Determinar que medidas devem ser tomadas para proteger a saúde e a segurança dos profissionais.

A presente gestão de riscos incluiu as seguintes etapas:

- Caracterização geral da empresa.
- Identificação dos perigos e associação dos potenciais riscos e das respectivas consequências.
- Análise dos resultados obtidos, no sentido de hierarquizar os riscos identificados e estabelecer recomendações com vista à sua eliminação/ redução/ prevenção.

No que concerne à metodologia utilizada na avaliação dos riscos, e após reflexão dos vários métodos de avaliação de risco de diferente natureza (Qualitativa, Quantitativa e Semi-quantitativa), preconizou-se a adopção do Método de Matriz Simples Somerville.

Este método, de natureza semi-quantitativa, permite obter de forma expedita resultados objectivos (mensuráveis) dos quais se extraem prioridades de intervenção através da identificação dos principais riscos. Neste sentido, pretende-se que o produto final sirva como meio de informação/sensibilização para os diferentes elementos da organização.

Após identificados e avaliados os risco associados às várias categorias profissionais são propostas as medidas adequadas para a sua eliminação/redução e prevenção.

### **1.3 Organização da Dissertação**

A dissertação encontra-se organizada em torno de duas partes, a primeira constitui a componente conceptual da dissertação e a segunda a sua componente empírica, apresentadas em quatro capítulos e 1 Anexo.

Os três primeiros capítulos que compõem a primeira parte da dissertação têm carácter introdutório, da caracterização do estado do conhecimento e da metodologia.

O primeiro capítulo – Introdução – de que este texto é parte integrante, apresenta os principais aspectos que motivaram o presente trabalho, a questão de investigação e a metodologia seguida, bem como, a caracterização da organização em estudo.

O segundo capítulo – Revisão da literatura – caracteriza o enquadramento e uma abordagem histórica das razões do desenvolvimento de Sistemas de Gestão da Segurança e Saúde do trabalho. Procura-se salientar os aspectos relacionados com a aplicação das Minimização do risco para colaboradores e outras partes interessadas, no que repete as matérias de Segurança e Saúde no Trabalho.

A segunda parte, dedicada ao estudo empírico, inicia-se com o terceiro capítulo – Metodologia – descreve o método e as técnicas de abordagem do estudo de caso, apresenta os instrumentos e procedimentos para a recolha e tratamento de dados, para o estudo realizado, análise e discussão dos dados obtidos

Esta dissertação finaliza com a apresentação das considerações finais, desenvolvidas no quarto capítulo – Conclusões e Desenvolvimentos Futuros – último capítulo, que sintetiza as conclusões da investigação, orientando para áreas de investigação complementares, a partir, quer das limitações encontradas, quer do conhecimento obtido.

Está ainda incluída uma secção com as principais referências bibliográficas utilizadas, bem como o apêndice relativo à análise da aplicação de um método avaliação de riscos profissionais e os Anexos: o Manual de Segurança e Higiene no trabalho na Docapesca de Vila Real de Santo António, e tabelas de avaliação.

## **1.4 Estado de Arte**

O estado de arte é fundamental para explicar os acréscimos da tese ao estado de conhecimento atual. A revisão bibliográfica abrangeu temas relacionados com o Manual de Segurança e Saúde do Trabalho, nomeadamente, normas e modelos para sistemas de gestão da segurança e saúde do trabalho (SST). As fontes de dados e informações incluem entidades de referência nacionais e internacionais nas áreas de segurança e saúde do trabalho, de sistemas de gestão e de estudos realizados no âmbito do objecto do estudo. Damos preferência a referências que permitiram conhecer os desenvolvimentos actuais, não esquecendo algumas mais antigas para uma melhor compreensão da evolução do tema. A revisão bibliográfica carece de elementos que remetam para outros manuais de higiene e segurança motivado pela escassez ou divulgação dos mesmos, dada, a confidencialidade não foi possível obter outros manuais de HST.

### **1.4.1 História**

Em 1802, o Parlamento Britânico criou uma comissão de inquérito, para analisar este problema, e posteriormente aprovou a “Lei da Saúde e Moral dos Aprendizizes”, que estabelecia uma jornada diária de 12 horas, proibia o trabalho noturno, obrigava a ventilação das fábricas e aos novos empregados que lavassem as paredes duas vezes por ano (CARVALHO, 2001).

Em 1830 o governo britânico nomeou o médico Robert Baker, inspector médico de fábricas, surgindo assim o primeiro serviço médico industrial do mundo. A partir desse ano as condições nas fábricas começaram a melhorar apesar da resistência dos empresários.

Em 1867 é publicado o primeiro Código Civil Português (o chamado Código de Seabra), de inspiração napoleónica: além de consagrar a desapareição jurídica da propriedade pré-capitalista, vem fazer, pela primeira vez, a abordagem legislativa dos problemas do trabalho subordinado ou assalariado (Cabral, 1977; Fernandes, 1994; Veiga, 1995).

Todavia, não se pode falar ainda em reconhecimento e reparação de eventuais danos para a saúde do trabalhador provocados pelo trabalho (Ribeiro, 1984; Faria e Faria, 1989).

Os tipos predominantes, na época, de relações de trabalho subordinado eram o serviço doméstico, o serviço salariado e a aprendizagem: "O contrato de 'serviço salariado' — definido, no art. 1391º, como 'o que presta qualquer indivíduo a outro, dia por dia, ou hora por hora, mediante certa retribuição, relativamente a cada dia ou a cada hora, que se chama salário' — constituía afinal a fórmula pela qual se operava a afetação de mão de obra à incipiente indústria manufactureira de então, sem esquecer, como é óbvio, o seu uso no domínio da actividade agrícola (...)"(Fernandes, 1994, pp. 23 e ss.).

Na verdade, a lenta industrialização do país só irá começar na década seguinte, com a passagem da manufactura à maquinofactura, no 2 período da Regeneração ou fontismo (1868-1889):

Em 1885 realiza-se o 1º congresso operário, no qual é reivindicada legislação sobre o trabalho infantil e feminino, sobre as condições de trabalho, etc. Mas só na década seguinte, com a progressiva desagregação da monarquia constitucional e o avanço das ideias socialistas e republicanas (nomeadamente depois do ultimato inglês de 1890), é que se pode falar verdadeiramente do início de uma produção legislativa específica no campo do direito do trabalho, em geral, e da Segurança Higiene no trabalho, em particular:

- É o caso da regulamentação do trabalho dos menores e das mulheres nos estabelecimentos industriais (Decreto de 14 de Abril de 1891), em que já são evidentes os propósitos de protecção legal do trabalhador (idade mínima de admissão, proibição de trabalhos penosos ou perigosos, duração máxima do trabalho, etc.);
- A 13 de Março de 1893, um novo decreto vem fixar a idade mínima de admissão nos estabelecimentos industriais em 16 anos para os rapazes e 21 para as raparigas; previa ainda "a proibição de trabalhar durante quatro semanas após o

parto, assim como obrigação, para as fábricas que empregassem mais de 50 mulheres, de instalar creche a menos de 300 metros da fábrica", além da "possibilidade de as mães se ausentarem do trabalho a fim de amamentar os filhos" (Vitorino, 1994, p. 241);

- Em 1895 é promulgada a primeira lei específica sobre higiene e segurança do trabalho, no sector da construção e obras públicas: O decreto, de 6 de Junho, procura garantir protecção aos operários ocupados nos trabalhos, públicos ou privados, de construção e reparação de estradas, caminhos de ferros, aquedutos, terraplanagens, novas edificações, ampliações, transformações ou grandes reparações e, bem assim, em quaisquer obras de demolição;
- Por sua vez, os mestres-de-obra deviam passar a estar habilitados com exame sobre processos de construção e sobre as condições a observar para a segurança nos locais de trabalho; por fim, a responsabilidade em caso de acidente recaía sobre a pessoa encarregada da direcção da obra.(Vitorino, 1994, p. 241);

O nosso país foi pioneiro nalgumas matérias, por exemplo, de acordo com o nº 2 do preâmbulo do Decreto-Lei nº 41 820, de 11 de Agosto de 1958, "Portugal conta-se precisamente entre os países que mais cedo se preocuparam com a regulamentação das condições de segurança da construção civil" (com o Decreto de 6 de Junho de 1895).

A legislação e a regulamentação das matérias relativas à Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho (abreviadamente, SH&ST) têm de ser vistas no contexto da formação social do Portugal contemporâneo e, mais concretamente, no quadro da racionalização técnica e organizacional das empresas que, lenta e tardiamente, acompanhou o nosso processo de desenvolvimento, bem como no âmbito da protecção social dos trabalhadores. Em última análise, não podem ser dissociadas da problemática do desenvolvimento, entre nós, do Estado-Providência (Graça, 1999).

Embora Portugal tenha sido membro-fundador da Organização Internacional do Trabalho (OIT) em 1919, a República não chegou a ratificar nenhuma das convenções adoptadas, relativas à protecção dos trabalhadores, o que pode ser imputado à grande instabilidade política dos anos 20.



Foi durante o séc. XVIII, com a Revolução Industrial, que se deu uma deterioração das condições de trabalho, a tal ponto, que houve necessidade de desenvolver estudos e estipular medidas de saúde no trabalho.

As más condições dos locais de trabalho, fraca iluminação, má higiene, maquinaria sem proteção, excesso de horas de trabalho, trabalhadores, sem formação e analfabetos, promiscuidade entre os trabalhadores e má alimentação, estão entre os factores que contribuíram para o aumento exponencial de acidentes de trabalho e doenças profissionais.

De facto, a produção legislativa sobre SH&ST não é uma consequência automática da industrialização. Tem de ser compreendida no âmbito do papel de regulação social que cabe ao Estado, na sequência do processo de modernização (Graça, 1999).

A Organização Internacional do Trabalho criada em 1919 e que conta actualmente com mais de 183 nações associadas é uma instituição que teve e continua a ter um papel fundamental no desenvolvimento favorável das condições de trabalho e na defesa dos direitos do trabalhador

A Organização foi responsável pela elaboração das normas internacionais do trabalho, que no seu conjunto se denominam como, Código Internacional do Trabalho, através do qual são elaboradas convenções, de carácter vinculativo e sujeitas a ratificação por parte dos estados-membros e são ainda emitidas recomendações de forma a orientar a futura legislação.

A vertente humana tem sido essencial para o desenvolvimento e progresso da indústria, infelizmente, esta nem sempre foi tratada como uma componente preponderante. A produtividade é o mais importante, mesmo que tal implique riscos de doença ou mesmo de morte dos trabalhadores, era assim que as condições de trabalho eram consideradas até meados do século XX, não importava o trabalhador, essencial era produzir e faturar, uma mentalidade em que o valor da vida humana era pouco mais que desprezível, havendo uma total ausência de leis que protegessem o trabalhador. Foi necessário muito tempo para que se reconhecesse até que ponto as condições de trabalho e a

produtividade se encontram ligadas, numa primeira fase, houve a percepção da incidência económica dos acidentes de trabalho onde só eram considerados inicialmente os custos directos (assistência médica e indemnizações) e só mais tarde se consideraram as doenças profissionais. Na actividade corrente de uma empresa, compreendeu-se que os custos indirectos dos acidentes de trabalho são bem mais importantes que os custos directos, através de factores de perda como os seguintes: perda de horas de trabalho pela vítima, perda de horas de trabalho pelas testemunhas e responsáveis, perda de horas de trabalho pelas pessoas encarregadas dos inquéritos, interrupções da produção, danos materiais, atraso na execução do trabalho, custos inerentes às peritagens e acções legais eventuais, diminuição do rendimento durante a substituição, a retoma de trabalho pela vítima. Em suma, estas perdas podem ser muito elevadas, podendo mesmo representar quatro vezes os custos directos do acidente de trabalho. Em Portugal existe legislação que permite uma protecção eficaz de quem integra actividades industriais, ou outras, devendo a sua aplicação ser entendida como o melhor meio de beneficiar simultaneamente as empresas e os trabalhadores na salvaguarda dos 39 aspetos relacionados com as condições ambientais e de segurança de cada posto de trabalho. O código de trabalho diz que o empregador é responsável pela segurança e protecção da saúde na empresa assim como os empregados devem colaborar respeitando a regulamentação e instruções de segurança, adoptando procedimentos de trabalho seguros e comunicando quaisquer situações de trabalho perigosas para a segurança e para a saúde. As medidas relativas à higiene e segurança no trabalho tardam em ser implementadas pelo que o despertar de consciências é fundamental. A responsabilidade pela Saúde e Segurança no Trabalho, não é exclusiva de uma só pessoa, os progressos não se conseguem sem contar com a motivação e o envolvimento de todos, assumindo, cada um, a sua responsabilidade na prevenção dos acidentes e doenças profissionais. Mais do que “não realizar tarefas perigosas”, uma abordagem positiva à H.S.T., pressupõe agir, individual e coletivamente, no sentido de, permanentemente, em cada posto de trabalho, serem identificados e combatidos os riscos para a saúde, construindo um ambiente de trabalho cada vez mais seguro e saudável para todos (Graça, 1999).

### **1.4.2 Segurança e Saúde do Trabalho**

Considerando a legislação e a identificação e avaliação de riscos relativa a todas as actividades, processos e equipamentos, parte fundamental da gestão da SST na prevenção da sinistralidade e no desenvolvimento de melhores condições de segurança e saúde do trabalho, a Docapesca Portos e Lotas S.A., possui uma equipa técnica e subcontrata o serviço externo para avaliação e identificação dos riscos e perigos inerentes aos diferentes locais de trabalho, segundo o Decreto – Lei n.º 26/94 de 1 de Fevereiro (com alterações introduzidas pela Lei 7/95 de 29 de Março e Decreto-Lei n.º 109/2000 de 30 de Junho), elaborou o levantamento dos requisitos legais estabelecidos para a actividade da organização, definiu um plano de acção que contempla a definição de procedimentos de segurança no trabalho e procedeu à identificação do equipamento de protecção adequado aos riscos profissionais diagnosticados. Os serviços de saúde do trabalho são assegurados por um médico com especialidade em medicina do trabalho reconhecida pela Ordem dos Médicos, e pela prestação de Serviços de Medicina do Trabalho e Medicina Curativa de uma empresa externa.

O Serviço Interno deve, obrigatoriamente, fazer parte da estrutura organizacional da empresa/estabelecimento e funcionar na dependência da Gestão de Topo (Art. 78.º), devendo este aspeto ser evidente e contemplado na estrutura orgânica.

Considera-se o serviço externo aquele que é desenvolvido por entidade autorizada pelos organismos competentes que, mediante contrato escrito com o empregador, realiza as actividades de segurança e/ou saúde do trabalho, nomeadamente as que se encontram previstas no artigo n.º 98.º da Lei n.º 102/2009. O Serviço Externo só poderá ser prestado por empresas autorizadas: a) Pela DGS, quando prestam actividades no domínio da Saúde do Trabalho. A lista das empresas autorizadas pode ser consultada em [www.act.gov.pt](http://www.act.gov.pt).

O empregador deve garantir um conjunto de obrigações, tais como:

- Assegurar, em todos os aspectos do trabalho e de forma continuada, condições de segurança e de saúde aos trabalhadores;

- Zelar, de forma continuada e permanente, pelo exercício da actividade em condições de segurança e de saúde para os trabalhadores, tendo em consideração os princípios gerais de prevenção, estabelecidos legalmente;
- Garantir que a implementação de medidas de prevenção deriva das avaliações de risco associadas às várias fases do processo produtivo, incluindo todas as actividades relevantes, de modo a obter níveis eficazes de protecção da segurança e saúde dos trabalhadores;
- Fornecer, aos trabalhadores, informação e formação adequadas e necessárias ao desenvolvimento da actividade em condições de segurança e de saúde;
- Adoptar medidas e dar instruções que permitam aos trabalhadores, em caso de perigo grave e iminente, cessar actividades ou afastarem-se do local de trabalho;
- Organizar os meios de prevenção tendo em consideração, não só os seus trabalhadores, bem como também terceiros que possam ser susceptíveis aos riscos associados à realização dos trabalhos, quer no interior, quer no exterior das instalações;
- Assegurar a vigilância da saúde dos trabalhadores em função dos riscos a que estes se encontram potencialmente expostos nos seus locais de trabalho;
- Estabelecer, em matéria de primeiros socorros e de combate a incêndio e evacuação, as medidas a adoptar, identificar os trabalhadores responsáveis pela sua aplicação, bem com assegurar os contactos necessários com as entidades externas competentes, associadas;
- Observar as prescrições legais, gerais e específicas, de segurança e saúde a serem aplicadas na empresa, estabelecimento ou serviço;
- Suportar os encargos com a organização e funcionamento do serviço de segurança e saúde do trabalho e demais medidas de prevenção → Exames; avaliações de exposição e outras acções de relacionadas com os riscos profissionais e vigilância da saúde.

### **Índices Estatísticos**

Na análise dos acidentes de trabalho utilizam-se índices estatísticos, que por sua norma se reportam a um ano de actividade laboral.

A análise baseada em índices têm a vantagem de, objectivamente a face a valores numéricos, indicar prioridades de actuação nos diversos departamentos ou sectores, privilegiando os que se revelem em pior situação. Assim, descrevem-se os índices a avaliar no próximo ano. (hspoloestremoz,2009)

### **Índice de Frequência, If**

O Índice de Frequência representa o número de acidentes com baixa por cada milhão de horas-homem trabalhadas. Reflecte o n.º de casos ocorridos.

### **Índice de Gravidade, Ig**

Representa o número de dias úteis perdidos por cada mil horas-homem trabalhadas. Reflecte tempo de absentismo. Nos casos de morte ou incapacidade permanente total, devem ser contados como tendo causado uma perda de 7500 dias de trabalho.

### **Índice de Incidência, Ii**

Representa o número de acidentes com baixa por cada ano de trabalho e por cada 1000 trabalhadores. Utiliza-se normalmente em estatísticas colectivas.

### **Índice de Avaliação da Gravidade, IAG**

Representa o n.º de dias úteis perdidos, em média, por acidente. Permite estabelecer prioridades quanto às acções de controlo.

### **Número de horas-homem trabalhadas, NHH**

Pode ser calculado pela seguinte fórmula:

$$\text{NHH} = (\text{NT} \times \text{ND} \times \text{NHD}) - \text{NHP}$$

NHH – Número de horas/homem de trabalho no período coberto pela estatística

NT – Número médio de trabalhadores por dia de trabalho

ND - Número de dias de trabalho no período coberto pela estatística

NHD – Número médio de horas trabalhadas, por trabalhador, por dia

NHP - Número de horas perdidas por feriados e absentismo no período coberto pela estatística

### **1.4.3 Sistemas de Gestão da SST**

No que concerne as matérias abrangidas é de mútuo interesse, tanto os empregadores, trabalhadores, seguradoras, clientes, fornecedores, comunidade e autoridades tutelares que haja uma boa gestão da segurança, higiene e saúde do trabalho.

Além da redução dos riscos de acidentes e doenças profissionais, com resultados evidentes para a segurança e saúde dos trabalhadores, destinatários de um sistema de gestão da segurança e saúde do trabalho, são também de referir outros benefícios para a gestão das organizações, entre os quais se realçam, nomeadamente:

- Redução de prémios de seguros de acidentes e doenças profissionais;
- Redução de perdas por paragem de produção;
- Eliminação de sanções por incumprimento da legislação;
- Melhoria da produtividade;
- Melhoria da imagem da organização

Segundo a OHSAS 18001: 2007 a SST é o conjunto das intervenções que objectivam o controlo dos riscos profissionais e a promoção da segurança e saúde dos trabalhadores ou outros (incluindo trabalhadores temporários, prestadores de serviços e trabalhadores por conta própria), visitantes ou qualquer outro indivíduo no local de trabalho.

Não podemos esquecer que em muitas organizações ainda prevalece o modelo clássico de gestão que se limita ao cumprimento mínimo da legislação. No entanto, já se consolidaram profundas reformulações na legislação em função da ocorrência de acidentes de grande repercussão que, além do custo para as organizações responsáveis, provocaram uma forte pressão da opinião pública. De um modo geral, deve ser incubido aos gestores e responsáveis de Higiene e Segurança no Trabalho alterações ao modelo de gestão convencional através de políticas, programas, procedimentos e processos de

negócio da organização em conformidade com as exigências legais e demais partes interessadas, conduzindo as suas actividades com ética e responsabilidade social.

Na concepção de um manual de Higiene e Segurança no trabalho devem ser considerados os seguintes aspectos:

- avaliar, gerir e minimizar os perigos e riscos, potenciais ou reais, através da definição de uma metodologia integrada nas operações de gestão de forma sistemática;
- Inclui uma estrutura organizacional, actividades de planeamento, responsabilidades, competências, práticas, procedimentos, processos e recursos para desenvolver, executar, rever e manter a política da SST da organização enquanto directriz principal desta estrutura.

A qualidade das condições de trabalho é um dos factores fundamentais para o sucesso de um sistema produtivo assumindo a promoção da segurança Higiene e Saúde no trabalho grande referência na melhoria da produtividade e da competitividade. (Ribeiro, Daniela 2010).

De acordo com o enquadramento legal geral, Código do Trabalho – Lei n.º 7/2009 de 17 de Fevereiro, a Lei n.º 102/2009 de 10 de Setembro, e ainda diversos diplomas legais específicos de segurança e saúde no trabalho estabelecem um conjunto de medidas gerais que visam promover a melhoria da saúde e segurança dos trabalhadores, estipulando os deveres da entidade patronal e dos trabalhadores, impondo a adopção de um conjunto de actividades das quais fazem parte a identificação e avaliação dos riscos para a saúde e segurança dos trabalhadores.

#### 1.4.4 Metodologia

Na realização deste estudo decidiu-se pelo esquema metodológico apresentado na Figura 1, onde se estabelecem as actividades interdisciplinares necessárias para a sua concretização.

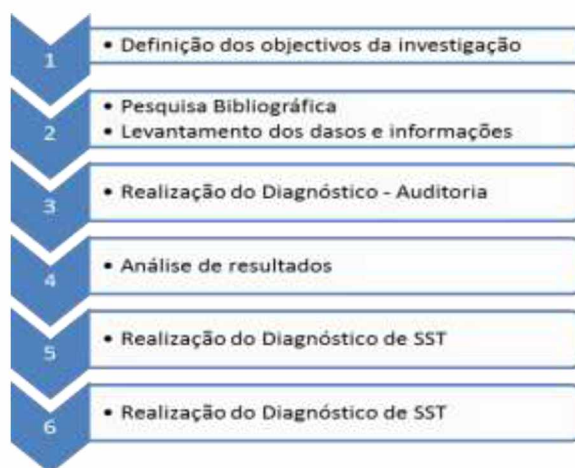


Figura 1 – Metodologia

#### 1.4.5 Diagnostico e Auditorias

As metodologias a seguir para a realização do Diagnóstico e para a realização da Auditoria, são distintas. De acordo com Pires (2012), no Diagnóstico é necessário identificar a legislação e a regulamentação aplicável e com base nelas medir, quantificar, ou avaliar de outro modo a situação da organização face ao enquadramento existente, designadamente os níveis de exposição a perigos, os níveis de ruído, de qualidade do ar interior, os tipos e quantidades de substâncias perigosas, respectiva armazenagem e manipulação, etc.

Os resultados de um Diagnóstico SST devem contemplar, designadamente:

- Relação dos requisitos legais;
- Identificação dos principais perigos e avaliação dos respectivos riscos;



- Resultados das medições efectuadas para suportar as conclusões (se aplicável), e propostas de acções de correcção, correctivas e preventivas.

Na Auditoria, as técnicas a utilizar pretendem determinar se as actividades relacionadas com a gestão estão suficientemente documentadas, se são entendidas e seguidas a todos os níveis da organização e se são eficazes na resolução dos problemas, tendo como referência requisitos legais.

A Auditoria tem como objectivos, nomeadamente:

- Identificar a legislação e regulamentação aplicáveis às actividades, e eventuais códigos de boas práticas;
- Estabelecer o conjunto de requisitos a que deve obedecer à política de SST e requisitos legais aplicáveis;
- Identificar como cada requisito está a ser cumprido, bem como referir as principais deficiências;
- Estabelecer um plano de implementação que identifique os recursos a afectar, as prioridades para as acções que são determinantes para obter a implementação e eficácia do sistema;
- Estimar os custos de eventuais incidentes e acidentes;
- Identificar os processos críticos e respectivos indicadores.

Da análise dos resultados e da Auditoria é possível indentificar o tipo de indicadores de desempenho, bem como recolher informação para propor uma estrutura de melhoria continua.

#### **1.4.6 Limitações do estudo**

O presente trabalho foi alvo de algumas limitações que, pela sua significância se passam a expor. Em primeiro lugar, a pesquisa de modelos de Manuais de Segurança e Higiene foram infrutíferas, uma vez que, dada a confidencialidade de informação não foi possível obter outros exemplares como guia estrutural.

Em segundo, para melhor compreensão das políticas e práticas adoptadas nos últimos anos deveriam ser tratados mais dados. Contudo, é prática da empresa realizar um relatório único anual, que contém os dados relevantes para futuras análises.

## 2. Método de Avaliação de Riscos Profissionais

### 2.1 Método de Matriz Simples Somerville

O método de matriz simples Somerville, como o nome indica, é um método, proposto por Somerville, que recorre ao uso de uma matriz simples composta por duas variáveis (Gravidade (G) e Probabilidade (P)), expressas por escalas de 3 níveis. A Tabela 1 apresenta as escalas, e os descritores, dessas variáveis.

Tabela 1: Escalas de Probabilidade (P) e Gravidade (G) (Método matriz simples Somerville). -

Gravidade (G)		Probabilidade (P)	
<b>A</b>	<b>Baixo</b>	<b>A</b>	<b>Baixo</b>
<b>B</b>	<b>Médio</b>	<b>B</b>	<b>Médio</b>
<b>C</b>	<b>Alto</b>	<b>C</b>	<b>Alto</b>

Uma relação, pré-estabelecida, entre as duas variáveis acima referidas permite, de forma simplificada, obter a Magnitude do risco (R).

A matriz esquematizada na tabela 2 define a relação existente entre essas variáveis.

Tabela 2 - Relação entre as variáveis Probabilidade (P) e Gravidade (G), segundo o método de matriz simples Somerville, para determinação da Magnitude do Risco (R).

<b>R=f(G*P)</b>		Probabilidade (P)		
		<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>
<b>Gravidade (G)</b>	<b>A</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
	<b>B</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
	<b>C</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

A interpretação do valor obtido é feita pela consulta do Índice de risco apresentado na Tabela 3 O Índice de risco a prioridade de intervenção associada à avaliação feita.

Tabela 3: Índice de risco (Método matriz simples Somerville).

Índice de Risco	
1	Baixo
2	Médio
3	Alto

Tabela 4: Cálculo das ponderações para as categorias de Técnico Superior e Técnico segundo o método de matriz simples Somerville.

Área de Exploração									
Categoria: Técnico Superior e Técnico.									
Função: Executa um conjunto de tarefas de índole administrativa ou intelectual, como a concepção, adopção e/ou aplicação de métodos e processos técnicos tecnológicos. Legenda: HC – Helena Cardoso; GV – Gabriel Varela; BG – Bruno Guerreiro									
Riscos Profissionais	G	P	R(G*P)	Índice de Risco	Medidas de Protecção/Prevenção	Data Imp.	Resp. Impl.	Data Verf.	Resp. Verf.
Queda ao mesmo nível.	B	B	2	Médio	Garantir pausas que promovam a alternância postural e do campo de visão;	30 Dias	GV		
Choque com objectos (equipamentos de trabalho).	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garantir níveis de iluminação adequados;</li> <li>- As instalações devem ser mantidas em bom estado de arrumação, limpeza e conservação;</li> <li>- Sinalização de todas as portas, escadas, saídas e caminhosque conduzam ao exterior com sinais gráficos de segurança fotoluminescentes normalizados e visíveis ;</li> </ul>	6 meses	HC		
Exposição a temperaturas extremas.	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fardamento adequado, controlo da temperatura ambiente;.</li> <li>- Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais.</li> </ul>	60 dias	GV/B C		

Tabela 5: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Venda segundo o método de matriz simples Somerville.

Área de Exploração									
Categoria: Operador de Venda.									
Função: Executa tarefas de carácter administrativo, que se prendem com a recolha, registos, tratamento, codificação e processamento de dados relativos à primeiravenda podendo, utilizar ou não meios informáticos. Legenda: HC – Helena Cardoso; GV – Gabriel Varela; BG – Bruno Guerreiro									

Riscos Profissionais	G	P	R(G*P)	Índice de Risco	Medidas de Protecção/Prevenção	Data Impl.	Resp. Impl.	Data Verf.	Resp. Verf.
Adopção de posturas inadequadas quando mantidas por longos períodos de tempo.	B	B	2	Médio	- Formação aos colaboradores e fomentar as boas práticas de trabalho; - Garantir pausas que promovam a alternância postural e do campo de visão;	30 Dias	GV		
Exposição a temperaturas extremas.	B	B	2	Médio	- Fardamento adequado, controlo da temperatura ambiente; - Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais.	60 dias	GV/B C		

Tabela 6: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Exploração segundo o método de matriz simples Somerville.

<b>Área de Exploração</b>									
<b>Categoria: Operador de Exploração.</b>									
Função: Executa tarefas relacionadas com a descarga, manipulação, movimentação e controlo do pescado ou outros produtos, bem como limpeza e conservação do recinto da lota e equipamentos.									
Legenda: HC – Helena Cardoso; GV – Gabriel Varela; BG – Bruno Guerreiro									
Riscos Profissionais	G	P	R(G*P)	Índice de Risco	Medidas de Protecção/Prevenção	Data Impl.	Resp. Impl.	Data Verf.	Resp. Verf.
Adopção de posturas inadequadas quando mantidas por longos períodos de tempo.	B	B	2	Médio	- Formação aos colaboradores e fomentar as boas práticas de trabalho; - Garantir pausas que promovam a alternância postural e do campo de visão;	30 Dias	GV		
Manuseamento de carga.	B	C	3	Alto	- Garantir pausas que promovam a alternância postural; - Adopção das regras de boas práticas no manuseamento de carga; - Rotatividade de funções;	30 DIAS	BG/G V		
Queda ao mesmo nível.	B	C	3	Alto	- As instalações devem ser mantidas em bom estado de arrumação, limpeza e conservação; - Sinalização de Perigo – piso escorregadio, e sinalização de obstáculos;	45 dias	BG/G V		
Choque com objectos, máquinas e	B	B	2	Médio	- Garantir níveis de iluminação adequados;	6 meses	HC		

equipamentos móveis e imóveis.					<ul style="list-style-type: none"> <li>- As instalações devem ser mantidas em bom estado de arrumação, limpeza e conservação;</li> <li>- Sinalização de todas as portas, escadas, saídas e caminhos que conduzam ao exterior com sinais gráficos de segurança fotoluminescentes normalizados e visíveis;</li> </ul>				
Exposição a temperaturas extremas.	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fardamento adequado, controlo da temperatura ambiente;</li> <li>- Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais.</li> </ul>	60 dias	GV/B C		
Manuseamento de produtos químicos (contacto e inalação de vapores).	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilização de equipamentos de protecção individual (luvas de protecção, máscara de filtro, auriculares, vestuário isotérmico e resistente);</li> </ul>	60 Dias	HC/B G		

Tabela 7: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador Técnico de Manutenção segundo o método de matriz simples Somerville.

Área de Exploração									
Categoria: Operador Técnico de Manutenção.									
Função: Executa um conjunto de tarefas de manutenção, nomeadamente a elaboração, reparação e manutenção de equipamentos ou instalações. Legenda: HC – Helena Cardoso; GV – Gabriel Varela; BG – Bruno Guerreiro									
Riscos Profissionais	G	P	R(G*P)	Índice de Risco	Medidas de Protecção/Prevenção	Data Impl.	Resp. Impl.	Data Verf.	Resp. Verf.
Adopção de posturas inadequadas quando mantidas por longos períodos de tempo.	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação aos colaboradores e fomentar as boas práticas de trabalho;</li> <li>- Garantir pausas que promovam a alternância postural e do campo de visão;</li> </ul>	30 Dias	GV		
Queda ao mesmo nível.	B	B	2		<ul style="list-style-type: none"> <li>- As instalações devem ser mantidas em bom estado de arrumação, limpeza e conservação;</li> <li>- Sinalização de Perigo – piso escorregadio, e sinalização de obstáculos;</li> </ul>	45 dias	BG/GV		
Choque com objectos, máquinas e equipamentos móveis e	B	B	2	Médio	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Garantir níveis de iluminação adequados;</li> <li>- As instalações devem ser mantidas em bom estado de arrumação, limpeza e</li> </ul>	6 meses	HC		



imóveis.					conservação;  - Sinalização de todas as portas, escadas, saídas e caminhos que conduzam ao exterior com sinais gráficos de segurança fotoluminescentes normalizados e visíveis ;				
Exposição ao ruído.	B	B	2	Médio	- Redução do ruído;  - Utilização de equipamentos de protecção individual	60 dias	HC/BG		
Exposição a temperaturas extremas.	B	B	2	Médio	- Fardamento adequado, controlo da temperatura ambiente;.  - Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais.	60 dias	GV/BC		
Contacto com a corrente eléctrica.	C	A	3	Alto	- Fardamento e ferramentas adequadas;  - Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais.	60 dias	GV/BC		
Manuseamento de produtos químicos (contacto e inalação de vapores).	C	B	3	Alto	- Utilização de equipamentos de protecção individual (luvas de protecção, máscara de filtro, auriculares, vestuário isotérmico e resistente);  - Formação e informação no âmbito dos riscos profissionais				

Tabela 8: Cálculo das ponderações para a categoria de Operador de Serviço de Apoio segundo o método de matriz simples Somerville.

Área de Exploração									
Categoria: Operador de Serviço de Apoio.									
Função: De acordo com as suas habilitações e aptidões, executa tarefas auxiliares ou de apoio às actividades da empresa, nomeadamente, transportes, comunicações, fiscalização e protecção, atendimento e limpeza, entre outras. Legenda: HC – Helena Cardoso; GV – Gabriel Varela; BG – Bruno Guerreiro									
Riscos Profissionais	G	P	R(G*P)	Índice de Risco	Medidas de Protecção/Prevenção	Data Impl.	Resp. Impl.	Data Verf.	Resp. Verf.
Adopção de posturas inadequadas quando mantidas por longos períodos de tempo.	B	B	2	Médio	- Formação aos colaboradores e fomentar as boas práticas de trabalho;  - Garantir pausas que promovam a alternância postural e do campo de visão;	30 Dias	GV		

### **3. Manual de SST**

#### **3.1 Caracterização da empresa**

A investigação desenvolvida nesta tese focou-se num estudo realizado na Docapesca Portos e Lotas S.A., é uma empresa do sector empresarial do Estado, tutelada pelo Ministério da Agricultura e do Mar, que nos termos do decreto-lei n.º 107/90 de 27 de março, tem a seu cargo no continente português, o serviço público da prestação de serviços de Primeira Venda de Pescado, bem como o apoio ao sector da pesca e respectivos portos.

A Docapesca actua ao nível do continente e é a maior empresa a actuar no sector das pescas, quer a nível geográfico, quer a ao nível da diversidade de serviços prestados, assumindo como missão a prestação de serviços de venda de pescado em regime de exclusividade. Presta ainda um conjunto de serviços de apoio a armadores, pescadores, comerciantes de pescado e outros clientes, dos quais salientam, aluguer de armazéns, entrepostos frigoríficos, mercados de segunda venda, venda de gelo, e combustíveis.

Ao nível da gestão, a empresa encontra-se organizada pelo conselho de administração, pelo departamento de Estatística, sediado em Lisboa, e por seis direcções e sete delegações, a saber: Norte, Matosinhos, Centro Norte, Centro, Centro Sul e Sul, de acordo com Figura 2 – Organigrama Docapesca.

A unidade de prestação de serviços de vendagem de pescado, afecta à delegação Sul, está localizada no distrito de Faro, na zona Industrial de Vila Real de Santo António, no qual se pode aceder rapidamente através da estrada N122 ou N125. As instalações estão inseridas na zona do Porto de Pesca Vila Real de Santo António, situado na Avenida da Republica em Vila Real de Santo António. As instalações da empresa foram reestruturadas e inauguradas no ano 2010, apresentam uma nave industrial com 25.000 m<sup>2</sup> em construção de alvenaria e telha térmica, com um pé direito de 15 m.

Acresce ainda a área descarga de pescado, da caldeira, dos postos de transformação, bombas de rede de incêndios, portaria, oficina, instalações sociais (balneários, vestiários, cozinha e refeitório/sala de convívio), edifício administrativo (sala de

reuniões, gabinetes de trabalho e arquivo), armazém de aprestos e material de stock, armazém de produtos químicos e parque de resíduos.

O acesso das viaturas de socorro pode ser efectuado pelo portão principal das instalações da empresa, que permite a ligação às vias de circulação internas e a acessibilidade às fachadas dos edifícios para o desenvolvimento das acções de intervenção dos bombeiros.

Possui a particularidade de ser uma lota cujas principais vendas são o marisco, dada a proximidade com Espanha existe bastante procura e valorização do pescado.

O horário de funcionamento da lota é compreendido entre as 02 horas e as 16 horas dos dias úteis e sábados das 10 horas às 12 horas. Não existe um período fixo de paragem anual (férias) devido à exigência do mercado. Segundo as categorias e funções de cada colaborador, caso haja necessidade de alterar o horário é comunicado ao respectivo colaborador com a antecedência de 15 dias úteis, e é efectuado o regime de trabalho por turnos (em conformidade com o Artigo 220.º da Lei 7/2009 de 12 de Fevereiro).

De referir que a Delegação do Norte, Centro Norte e Sul foram criadas recentemente, resultando da extinção das Delegações de Viana do Castelo e Póvoa de Varzim, Aveiro e Figueira da Foz e do Barlavento Algarvio e Sotavento Algarvio, respectivamente.

Para o efeito da presente análise será considerada Delegação do Sul dividida na zona Barlavento Algarvio, englobando os estabelecimentos de Sagres, Lagos e Portimão, e Sotavento Algarvio, englobando os estabelecimentos de Quarteira, Olhão, Tavira, Sta. Luzia e Vila Real de Santo António.



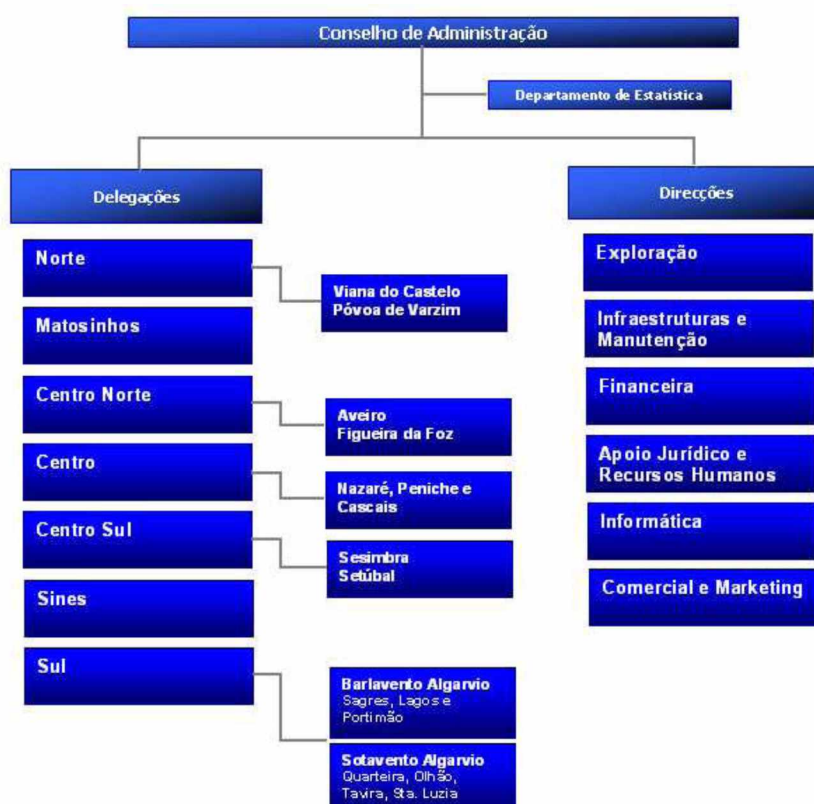


Figura 2 - Organograma da empresa Docapesca – Portos e Lotas S.A.

Fonte: [www.docapesca.pt](http://www.docapesca.pt)

### 3.2 Caracterização dos Recursos Humanos e Infra-estruturas

Os estabelecimentos das Lotas pertencentes às várias Delegações, no que concerne à organização espacial, encontram-se estruturados em duas áreas principais, a Área de Exploração e a Área Administrativa.

A Área de Exploração engloba a área da Lota, onde se desenvolve a venda do pescado, pequenas fábricas de gelo, com excepção para a Delegação de Matosinhos, Centro Norte e Sines onde as fábricas de gelo ocupam edifícios independentes com uma maior produção diária, garantindo a produção de gelo para a refrigeração do pescado, câmaras

frigorífica para armazenagem refrigerada do mesmo, e na maioria dos estabelecimentos oficinas de manutenção.

Na Área Administrativa são desenvolvidas todas as actividades administrativas de apoio à Lota, englobando a Secretaria, a Tesouraria e Gabinetes do Director e Chefe dos Serviços Administrativos.

Actualmente, a empresa conta com um total de 488 trabalhadores distribuídos pela sua estrutura orgânica e afectos aos diferentes estabelecimentos distribuídos ao longo do país. Conforme pode observar Figura 3 o efectivo da Docapesca manteve uma tendência decrescente, que corresponde, em termos percentuais, a um decréscimo de 4.90%, contudo com a integração de uma nova competência, a gestão de Portos de Pesca, integrou 56 funcionários, contabilizando assim, em 31/12/2014, um total de 488 trabalhadores (Docapesca, 2014).

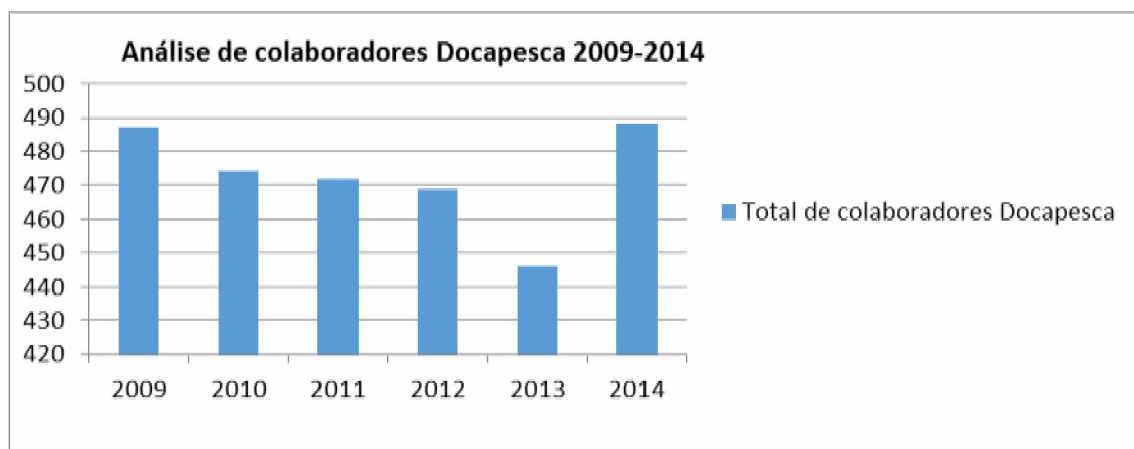


Figura 3 - Evolução de colaboradores Docapesca 2009-2014

Fonte: Relatório Único 2014.

A média das idades dos trabalhadores da empresa ronda os 50 anos de idade, sendo a sua grande maioria do sexo masculino, representando cerca de 80% do total de trabalhadores, facto justificado pela natureza da actividade.

Relativamente à organização espacial, os estabelecimentos das Lotas pertencentes às várias Delegações encontram-se organizados em duas áreas principais, a Área de Exploração e a Área Administrativa.

A Área de Exploração engloba a área da Lota, onde se desenvolve a venda do pescado, pequenas fábricas de gelo, com excepção para a Delegação de Matosinhos, Centro Norte e Sines onde as fábricas de gelo ocupam edifícios independentes com uma maior produção diária, garantindo a produção de gelo para a refrigeração do pescado, câmaras frigorífica para armazenagem refrigerada do mesmo, e na maioria dos estabelecimentos oficinas de manutenção.

Na Área Administrativa são desenvolvidas todas as actividades administrativas de apoio à Lota, englobando a Secretaria, a Tesouraria e Gabinetes do Director e Chefe dos Serviços Administrativos.

No que concerne à organização dos Recursos Humanos, a Docapesca – Portos e Lotas, S.A encontra-se estruturada em sete categorias profissionais, estando estas relacionadas com as áreas funcionais anteriormente descritas.

A cada categoria profissional encontram-se associadas um conjunto de funções, que se descrevem em seguida.

A organização possui uma estrutura interna responsável pela qualidade, ambiente e segurança, encontrando-se a desenvolver e a implementar procedimentos com vista à implementação dos sistemas de gestão da Qualidade, Ambiente e Segurança tendo por base as três normas de referência: ISO 9001:2008 – Sistema de Gestão da Qualidade, ISO 14001:2012 – Sistema de Gestão Ambiental e OHSAS 18001:2007– Sistema de Gestão de Segurança e Saúde do Trabalho.

### **Técnico Superior**

É o trabalhador a quem compete, genericamente, o conteúdo funcional descrito para a categoria de técnico e, ainda, dar apoio de elevado grau de qualificação e responsabilidade nas áreas que integram as atribuições da empresa.

### **Técnico**

É o trabalhador a quem compete, genericamente, a concepção, adopção e/ou aplicação de métodos e processos técnicos e tecnológicos elaborando estudos, concebendo e desenvolvendo projectos e emitindo pareceres, tendo em vista preparar a tomada de decisão superior, em ordem à prossecução das atribuições e objectivos prosseguidos pela Empresa.

### **Administrativo**

É o trabalhador a quem compete, genericamente, (utilizando meios informáticos) executar, a partir de orientações, todo o processamento administrativo relativo a uma ou mais áreas de actividade funcional de índole administrativa e, ainda, recolher, registar e analisar dados, podendo assegurar, entre outros, serviços de tesouraria, de atendimento e de secretariado, utilizando os meios tecnológicos ao seu dispor.

### **Operador de Venda**

É o trabalhador a quem compete, utilizando ou não meios informáticos, proceder à recolha, registos, tratamento, codificação e processamento de dados relativos à primeira venda podendo, também, proceder ao serviço de pagamentos e recebimentos e elaborar a documentação inerente, correspondendo este serviço às funções de caixa de lota.

### **Operador de Exploração**

É o trabalhador a quem compete executar todas as operações relacionadas com a descarga, manipulação, movimentação e controlo do pescado ou outros produtos, a bordo ou em terra, utilizando os meios de elevação e transporte em uso, bem como proceder à limpeza, conservação e lavagem do recinto da lota e equipamentos, zelando pela sua boa utilização e controlar entradas e saídas das instalações da lota.

### **Operador Técnico e de Manutenção**

É o trabalhador a quem compete proceder a trabalhos de elaboração, reparação e manutenção de equipamentos ou instalações, nomeadamente, nos domínios da electricidade, mecânica, lubrificação e lavagens, serralharia mecânica e civil, carpintaria, canalização, construção civil, pintura, soldadura e metrologia, manobrar e vigiar o funcionamento de instalações electromecânicas e frigoríficas, podendo ainda interpretar esquemas, especificações e desenhos técnicos, elaborando relatórios de avarias e utilizando instrumentos de medida, consoante as suas habilitações e qualificações técnicas e profissionais e, quando exigível, tituladas por carteira profissional.

### **Operador de Serviço de Apoio**

É o trabalhador a quem compete, consoante as suas habilitações e aptidões, executar as tarefas auxiliares ou de apoio às actividades da empresa, nomeadamente, transportes, comunicações, fiscalização e protecção, restauração, atendimento e limpeza, entre outras.

Na repartição do efectivo pelos vários centros de trabalho que a delegação sul é a que detém uma maior percentagem de trabalhadores, cerca de 26.23%, conforme pode constar na Figura 4.

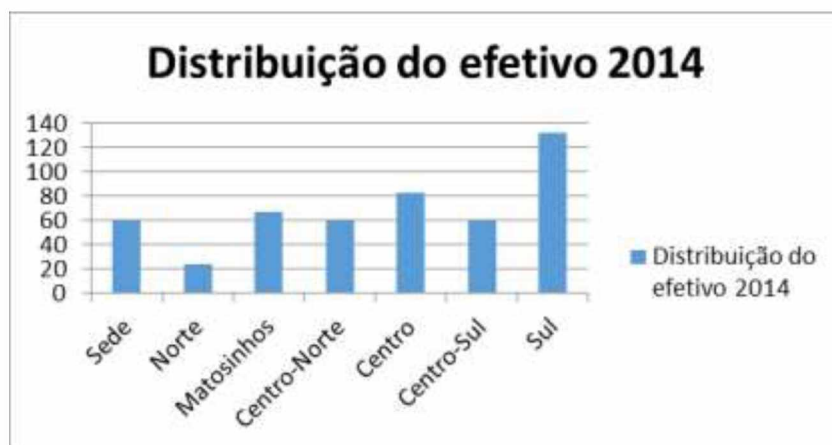


Figura 4 - Distribuição do efetivo 2014

Fonte: Relatório Único 2014.

Na Figura 5 enumeramos a distribuição dos colaboradores por sexo.

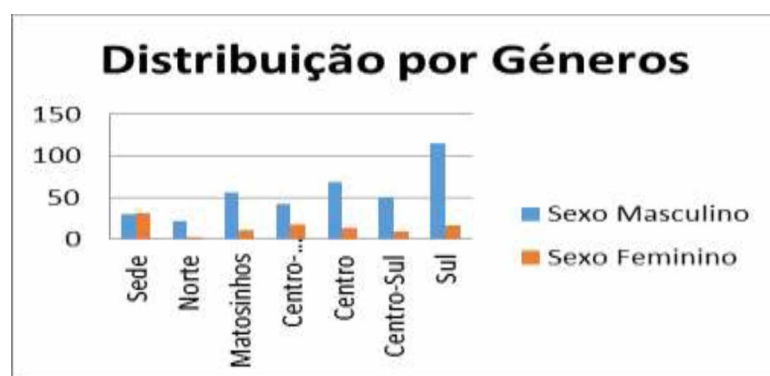


Figura 5 - Distribuição do efetivo por sexo

Fonte: Relatório Único 2014.

A estrutura etária da Docapesca, conforme se pode verificar na Figura 6, regista uma maior predominância na faixa etária compreendida entre os 50-60 anos de idade, representando 51% do efectivo global.



Figura 6 - Estrutura Etária - Docapesca 2014

A distribuição do efectivo pelas várias categorias profissionais e funções consagradas no acordo de Empresa distribui-se segundo a na Figura 7.



Figura 7 - Distribuição do efetivo pelas categorias Profissionais

Fonte: Relatório Único 2014.

A empresa realiza anualmente um relatório de Acidentes de trabalho por forma a analisar as causas e contexto dos acidentes de trabalho. Desta análise devem surgir acções corretivas e preventivas, no sentido de evitarem acidentes de trabalho.

De acordo com os dados retirados do relatório único nos últimos 7 anos existem em média cerca de 20 acidentes de trabalho por ano.

Da análise efectuada relativamente ao ano 2014, verificou-se que por cada acidente de trabalho ocorrido reffectem uma perda de 28 dias por motivo de baixa.

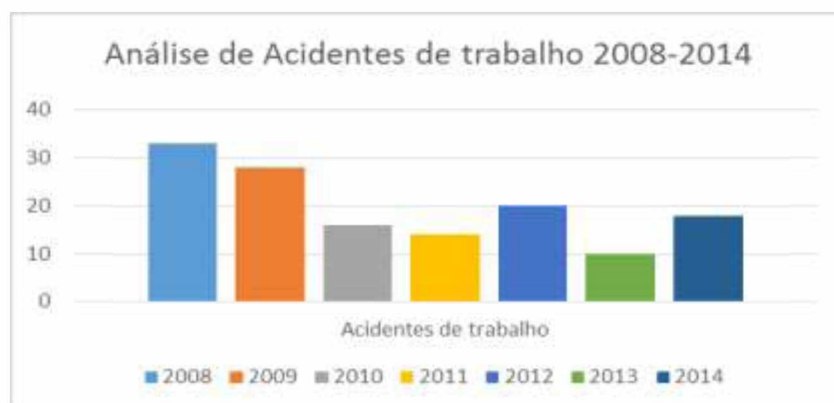


Figura 8 - Análise acidentes de trabalho

Fonte: Relatório Único 2014.

## 4. Gestão do Risco

A implementação da política de segurança e saúde no trabalho exige um planeamento estratégico centrado na avaliação e controlo de riscos (enquanto pilar fundamental da prevenção de riscos profissionais) e no cumprimento da legislação que neste domínio é aplicável à organização (enquanto referencial de cumprimento de requisitos mínimos).

A identificação de perigos, a avaliação de riscos e a implementação das medidas de controlo exigem o desenvolvimento de metodologias que possibilitem a integração de factores de risco materiais, humanos e organizacionais e que conduzam ao estabelecimento de prioridades de intervenção. Para esse efeito é necessário que a identificação de perigos e a avaliação e controlo dos riscos se reporte a:

- Actividades de rotina e ocasionais;
- Actividade de todo o pessoal que tem acesso aos locais de trabalho (incluindo subcontratados, clientes e visitantes);
- Instalações onde existam postos de trabalho e respectivos acessos.

As situações de risco profissional podem advir do equipamento e dos métodos de trabalho utilizados (acidentes de trabalho, posturas incorrectas), do ar ambiente no local de trabalho (poluição química, biológica ou física) ou da própria organização do trabalho (relações humanas, ritmo de trabalho, monotonia).

Assim, no local de trabalho podem estar presentes vários factores de risco, nomeadamente:

- actos perigosos;
- factores ambientais (poluentes químicos, agentes biológicos e agentes físicos);
- factores ergonómicos;
- factores psicológicos.

Os riscos no ambiente laboral podem ser classificados em:



- Riscos físicos: devidos às más condições de trabalho, às máquinas e equipamentos sem protecção e à sua inadequada utilização, o armazenamento inadequado, as más condições estruturais, etc. Ou seja, as diversas formas de energia a que possam estar expostos os trabalhadores, tais como: iluminação, calor, frio, pressão, humidade, ruído, radiações ionizantes e não ionizantes, vibrações, entre outras.
- Riscos ergonómicos: qualquer factor que possa interferir nas características psico-fisiológicas do trabalhador, causando desconforto ou afectando sua saúde. São exemplos de risco ergonómico: o levantamento de peso, ritmo excessivo de trabalho, monotonia, repetitividade das tarefas, posturas inadequadas de trabalho, etc.
- Riscos químicos: as substâncias, compostos ou produtos que possam penetrar no organismo do trabalhador pela via respiratória, nas formas de poeiras, fumos gases, neblinas, névoas ou vapores, ou que seja, pela natureza da actividade, de exposição, possam ter contacto ou ser absorvido pelo organismo através da pele ou por ingestão.
- Riscos biológicos: relacionados com agentes de risco biológico, tais como, os microorganismos, as bactérias, vírus, fungos, parasitas, entre outros.

No processo de identificação dos perigos devemos considerar as diversas categorias:

- Mecânico;
- Eléctrico;
- Radiação;
- Substâncias;
- Incêndio e explosão.

Os riscos podem estar associados a:

- Escorregões ou quedas no piso;
- Quedas de pessoas de alturas;
- Quedas de ferramentas, materiais, etc., de alturas;

- Pé direito inadequado;
- Perigos associados com o manuseio ou levantamento manual de ferramentas, materiais, etc;
- Perigos do Lay-out e de máquinas associadas com a montagem, operação, manutenção, modificação, reparo e desmontagem;
- Perigos de veículos, cobrindo tanto o transporte no local e os percursos em estrada;
- Incêndio e explosão;
- Violência contra o pessoal;
- Substâncias que podem ser inaladas;
- Substâncias ou agentes que podem causar danos aos olhos;
- Substâncias que podem causar danos ao entrar em contacto ou sendo absorvidas pela pele;
- Substâncias que podem causar danos sendo ingeridas;
- Energias prejudiciais (electricidade, radiação, ruído, vibração);
- Disfunções dos membros superiores associadas com o trabalho e resultantes de tarefas frequentemente repetidas;
- Ambiente térmico inadequado, como muito quente;
- Níveis de iluminação;
- Superfícies de piso escorregadias e não uniformes;
- Guardas inadequadas ou corrimãos inadequados em escadas;
- Actividades de empreiteiros.

#### **4.1 Avaliação de Riscos Profissionais**

A presente avaliação de riscos consistiu na identificação dos riscos profissionais associados às diferentes categorias profissionais, tendo sido aferida a sua valoração através da Método de Matriz Simples de Somerville.

Desta forma, foram agrupadas as categorias de Técnico Superior, Técnico e Administrativo por se tratarem de categorias de índole administrativa e associadas ao mesmo sector de laboração – área administrativa, e as categorias de Técnico Superior e

Técnico por desenvolverem as suas funções tanto na área administrativa como na área de exploração, estando, assim expostos a diferentes riscos.

Sendo as funções associadas às categorias de Operador de Venda, Operador Técnico de Manutenção, Operador de Exploração e Operador de Serviço de Apoio de diferente natureza, a avaliação dos riscos foi efectuada isoladamente para cada categoria.

A avaliação dos riscos profissionais efectuada pelo método referido estabelece a relação entre as duas variáveis, a Gravidade (G) e a Probabilidade (P) de onde se obtém a Magnitude do risco (R). O Índice de risco, prioridade de intervenção associada à avaliação feita, irá ser obtido de acordo com a Magnitude do risco.

Após avaliados os riscos, são propostas medidas de protecção e prevenção adequadas à natureza dos riscos identificados, visando a sua eliminação/minimização e, consequentemente, a redução dos acidentes de trabalho e problemas de saúde profissionais, promovendo-se a melhoria da segurança e saúde no trabalho.

A avaliação de riscos e as respectivas medidas de protecção e prevenção encontram-se apresentadas nas tabelas seguintes.

No âmbito da avaliação de riscos efectuada verifica-se que, das sete categorias existentes na estrutura da empresa, a categoria de Operador de Exploração e Operador Técnico de Manutenção apresentam um maior número de riscos inerentes às tarefas que desempenham e ao espaço onde estas são desenvolvidas - Área de Exploração da Lota.

Na categoria de Operador de Exploração o manuseamento de carga e a queda ao mesmo nível apresentam um índice de risco alto, sendo que na categoria de Operador Técnico de Manutenção são o contacto com a corrente eléctrica e o manuseamento de produtos químicos que assumem este índice de risco.

Considerados como riscos de índice médio para estas categorias registam-se os riscos de posturas inadequadas, choque com objectos, máquinas e equipamentos móveis e imóveis, exposição a temperaturas extremas e exposição ao ruído.

## 4.2 Análise de acidentes de Trabalho Docapesca Portos e Lotas S.A.

A análise dos acidentes de trabalho teve por base os registos de acidentes de trabalho ocorridos nos últimos dois anos, 2008 e 2009, por se verificar que os factores da sua ocorrência apresentam-se, de ano para ano, muito similares.

De referir, que a média de acidentes de trabalho em anos anteriores era de cerca de 33 acidentes de trabalho por ano, sem grandes oscilações de ano para ano, não acompanhado, no entanto, a diminuição gradual do número trabalhadores.

Através da análise da tabela 10 verifica-se que no ano de 2009 o número de acidentes de trabalho ocorridos na empresa foi inferior ao do registado em anos anteriores, contrariando a tendência anteriormente referida.

Tabela 9 - Análise de acidentes de trabalho

Delegações/Estabelecimentos	Ano 2008			Ano 2009		
	N.º	N.º	N.º Dias	N.º	N.º	N.º Dias
	Trabalhadores	Trabalhadores	Perdidos	Trabalhadores	Trabalhadores	Perdidos
Norte - Viana do Castelo	12	0	0	13	0	0
Norte - Póvoa de Varzim	14	0	0	13	0	0
Matosinhos	80	13	164	74	8	65
Centro Norte – Aveiro	39	1	8	32	2	5
Centro Norte - Figueira da Foz	37	4	68	33	3	101
Centro – Nazaré	14	1	4	13	0	0
Centro – Peniche	35	1	17	34	4	90
Centro – Cascais	10	0	0	8	0	0
Serviços Centrais	84	2	22	67	4	85
Centro Sul – Sesimbra	40	0	0	37	0	0
Centro Sul – Setúbal	22	2	90	20	0	0
Sines	19	0	0	16	0	0
Sul – Barlavento	60	6	172	57	4	59
Sul – Sotavento	80	3	28	70	3	22
Total	546	33	573	487	28	427

Fonte: Relatório Único 2014.

## **5. Conclusão e desenvolvimentos futuros**

No âmbito da avaliação de riscos efectuada verifica-se que, das sete categorias existentes na estrutura da empresa, a categoria de Operador de Exploração e Operador Técnico de Manutenção apresentam um maior número de riscos inerentes às tarefas que desempenham e ao espaço onde estas são desenvolvidas - Área de Exploração da Lota.

Na categoria de Operador de Exploração o manuseamento de carga e a queda ao mesmo nível apresentam um índice de risco alto, sendo que na categoria de Operador Técnico de Manutenção são o contacto com a corrente eléctrica e o manuseamento de produtos químicos que assumem este índice de risco.

Considerados como riscos de índice médio para estas categorias registam-se os riscos de posturas inadequadas, choque com objectos, máquinas e equipamentos móveis e imóveis, exposição a temperaturas extremas e exposição ao ruído.

As categorias que se encontram associadas a tarefas de índole administrativa, Administrativo, Técnico Superior e Técnico, não apresentam riscos considerados de índice alto, sendo a adopção de posturas inadequadas e a perturbação da visão os mais relevantes nestas categorias, apresentando um índice de risco médio.

Neste sentido, para as categorias onde se registam índices de risco elevados exigem uma necessidade de intervenção prioritária, dadas as consequências que lhes estão associadas, e as restantes identificadas com índice de risco menor, devem ser objecto de correcções no futuro, através da implementação de medidas de controlo.

Não obstante, aquando da aferição do índice de risco foram consideradas as condições de segurança existentes, bem como as medidas de prevenção já adoptadas. A existência de equipamentos de combate a incêndio, a disponibilização de equipamentos de protecção individual, a realização de acções de formação/sensibilização no âmbito dos riscos profissionais constituem alguns exemplos.

Para a melhoria da segurança e saúde no trabalho deve atender-se ao conjunto de medidas de protecção e prevenção recomendadas para os riscos profissionais identificados.

Estas medidas visam reforçar as medidas já existentes e suprimir lacunas.

A preocupação pelas matérias de higiene e segurança do trabalho, obrigaram a uma reestruturação organizacional da empresa, e as competências anteriormente incubidas à direcção de recursos humanos passaram a ser da responsabilidade da direcção de Exploração.

A empresa por forma a cumprir com os requisitos legais integrou na sua estrutura uma área técnica que pretende identificar e fomentar boas práticas de higiene e segurança no trabalho. Assim, anualmente, é realizada uma consulta/ inquérito aos trabalhadores em materias de HST, recebem formação, e são disponibilizados EPI'S. Ao nível externo, uma empresa certificada é contratada e faz uma avaliação de riscos profissionais, mas apenas contempla a área da exploração, não abranje todos os postos de trabalho.

O manual de Higiene e Segurança deve ser uma ferramenta da trabalho acessível, e de fácil leitura, contemplando uma apresentação da empresa, a caracterização da função de cada categoria e riscos associados, e notas em contexto prático de boas práticas de higiene e segurança do operador em contexto laboral

Os locais de elevada variação térmica estão devidamente assinalados; a organização está a realizar um estudo para solucionar a situação. Nos últimos quatro anos, a redução do número de acidentes de trabalho foi considerável, realçando-se o investimento na formação. Os objectivos da SST não estão estruturados na sequência da Política da segurança, pois a política não está formalmente aprovada, nem foi ainda divulgada. No entanto realça-se a atenção e orientação da gestão de topo para a gestão da SST

Os modelos de gestão de recursos humanos, não são estáticos, devem repensados e reajustados às necessidades das organizações, sectores e competências. Em Portugal, o Instituto Português da Qualidade (IPQ) é o Organismo Nacional de Normalização (ONN), que coordena a actividade de normalização que pode ser desenvolvida com a

colaboração de Organismos de Normalização Sectorial (ONS) reconhecidos pelo IPQ. No domínio da segurança e saúde dos trabalhadores, a Certitecna é o Organismo de Normalização Sectorial (ONS), constituindo a interface entre as Comissões Técnicas e o IPQ. A CT 42 (Comissão Técnica – Segurança e Saúde do Trabalhador) abrange diversas áreas nomeadamente os SGSST, os equipamentos de protecção individual, a exposição nos locais de trabalho e a ergonomia.

Verifica-se o compromisso da organização no desenvolvimento de condições de segurança e saúde no trabalho, minimizando os riscos da sua actividade de modo a reduzir o seu impacto e consequências, e estimular a motivação e bem-estar dos colaboradores, bem como o compromisso de assegurar o cumprimento das normas legais aplicáveis. Considero que o objectivo que norteou a realização deste estudo foi atingido. Cabe destacar as limitações desta pesquisa quanto à impossibilidade de generalização dos seus resultados.

## 6. Biografia

Análise e Avaliação de Riscos. Disponível em: [http://www.factorsegur.pt/artigosA/artigos/metodos\\_avaliacao\\_de\\_riscos.pdf](http://www.factorsegur.pt/artigosA/artigos/metodos_avaliacao_de_riscos.pdf), consultado em 8 de Janeiro de 2016;

Associação Portuguesa de Certificação-APCER - Guia Interpretativo OHSAS 18001:2007 / NP 4397:2008. Portugal: Leça da Palmeira;

Cabral, M. V. - O desenvolvimento do capitalismo em Portugal no século XIX. Lisboa: A Regra do Jogo, 1977.

CABRAL, M. V.- O desenvolvimento do capitalismo em Portugal no século XIX. Lisboa: A Regra do Jogo, 1997.

Carvalho, Geraldo – Enfermagem do Trabalho. São Paulo : Editora Pedagógica e Universitária, 2001;

Controle Integrado De Pragas. Disponível em: <http://www.ciencialivre.pro.br>, consultado dia 3 de Fevereiro de 2016;

Diário da Republica. Disponível em: <http://www.dre.pt/>, consultado por diversas vezes; EU-OSHA. (2008). Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho. Disponível em: <https://osha.europa.eu/pt>, consultado em 10 de Março de 2016;

Docapesca, 2014 - Relatório Único 2014.

Faria, M.; Faria, P. L. - Notas sobre o regime jurídico de reconhecimento e reparação dos acidentes e doenças profissionais. Revista Portuguesa de saúde Pública. 7:2 (1989) 33-38, 1989.



Faria, M., Faria, P. L.- Notas sobre o regime jurídico de reconhecimento e reparação dos acidentes e doenças profissionais. Revista Portuguesa de saúde Pública. Pag. 33-38, 1989.

Fernandes, A. L. M. - O Direito do Trabalho, Vol. I: Introdução. Relações individuais de trabalho, 9ª ed. Coimbra: Almedina, 1994.

Freitas, L. C. - Gestão da Segurança e Saúde no Trabalho – Volume 1 (3ª ed.). Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas, 2005.

Graça, L. – História da saúde e da segurança do trabalho na Europa. In Higiene, Segurança, Saúde e Prevenção de Acidentes de Trabalho, 5ª actualização, 2002.

Hspoloestremoz.blogs.sapo.pt/2958html, acedido a 18 de outubro de 2016.

[http://www.act.gov.pt/\(pt-PT\)/crc/PublicacoesElectronicas/Documents/Guia%20para%20micro,%20pequenas%20e%20m%C3%A9dias%20empresas.PDF](http://www.act.gov.pt/(pt-PT)/crc/PublicacoesElectronicas/Documents/Guia%20para%20micro,%20pequenas%20e%20m%C3%A9dias%20empresas.PDF), acedido a 1 de Setembro de 2016, acedido a 20 de Setembro de 2016.

[http://www.ilo.org/public/portugue/region/eurpro/lisbon/html/portugal\\_visita\\_guiada\\_03b\\_pt.htm](http://www.ilo.org/public/portugue/region/eurpro/lisbon/html/portugal_visita_guiada_03b_pt.htm), 2010, consultado em 10 de Março de 2016.

[https://elearning.iefp.pt/pluginfile.php/49027/mod\\_resource/content/0/p780/Manual\\_Tecnico\\_do\\_Formador\\_Higiene\\_e\\_Seguranca\\_do\\_Trabalho.pdf](https://elearning.iefp.pt/pluginfile.php/49027/mod_resource/content/0/p780/Manual_Tecnico_do_Formador_Higiene_e_Seguranca_do_Trabalho.pdf), acedido a 20 de Setembro de 2016.

Manual Formação PME. Disponível em: <http://pme.aeportugal.pt>, consultado dia 3 de Dezembro de 2015.

OHSAS 18001:2007. Occupational health and safety management systems: Requirements.

OHSAS 18002:2008. Occupational health and safety management systems: Guidelines for the implementation of OHSAS 18001.

OHSAS Project Group - Survey into the availability of OH&S Standards and Certificates, 2010.

OIT- Organização Internacional do Trabalho (2013). A prevenção das doenças profissionais. Relatório de 2013.

Parker, D. & Mobey, A. -. Action research to explore perceptions of risk in project management, International Journal of Productivity and Performance Management. Vol. 53(1), pp.18-32, 2004

Pires, António Ramos. (2012). Sistemas de Gestão da Qualidade - Ambiente, Segurança, Responsabilidade Social, Indústria, Serviços, Administração Pública e Educação. Lisboa: Edições Silabo.

Plantas De Emergência. Disponível em: <http://www.apsei.org.pt>, consultado 15 de Janeiro de 2016;

Pós-Graduação Em Segurança E Higiene No Trabalho (20ª Edição do Curso de Técnico Superior de SHT). Disponível em: <http://comum.rcaap.pt>, consultado em 10 de Janeiro de 2016;

Ribeiro, V. - Acidentes de trabalho: Reflexões e notas práticas. Lisboa: Rei dos Livros, 1984.

Riscos Elétricos. Disponível em: <http://www.oportaldaconstrucao.com/xfiles/guiastecnicos/sht-vol-4-riscoselectricos.pdf>, consultado em 10 de Janeiro de 2016;

Riscos Químicos. Disponível em: <http://www.oportaldaconstrucao.com/xfiles/guiastecnicos/sht-vol-6-riscos-quimicos-1.pdf>, consultado em 10 de Setembro de 2013;

Rogers, Bonnie – Enfermagem do Trabalho: Conceitos e prática. Philadelphia: Lusociência, 1997.

SGS ICS – Serviços Internacionais de Certificação, Lda -. Interpretação da norma OHSAS 18001 – Sem acidentes. Lisboa. Luís Santos, 2008.

Veiga, A.J. M.- Lições de Direito do Trabalho, 6ª ed.. Lisboa: Universidade Lusíada, 1995.

Vitorino, F.M. – In: Rodrigues, A. S. : História de Portugal em datas. S/l.: Círculo de Leitores, pág. 233-303, 1994.

[www.docapesca.pt](http://www.docapesca.pt), acedido a 12 de dezembro de 2015.

## **7. Anexos**

### **7.1 Tabelas**

### **7.2 Manual de HST Docapesca**